إخترنا للطالب

الصَّوْمُ
بين الدين والعلم

عَبد الرازق نوفل

بسم الله الرحمن الرحيم

تقديم

ترى لماذا نصوم ؟

وإذا كنا نصوم ليحس الإنسان آلام الجوع فيعطف على الفقير فلماذا يصوم الذى يتصدق ويخرج حق الزكاة كاملا ؟ ولماذا يصوم الفقير ؟

وهل الصوم يعطل العمل اليدوى ويضعف الإنتاج العقلى كما يردد دعاة الالحاد وخصوم الإسلام ؟

وما أثر الصوم على الصائم وعلى المجتمع الذى يضمه ؟

هذه الصفحات تجيب عن هذه الأسئلة فتوضح بعض أهداف الصوم الاجتماعية والصحية والتربوية والاقتصادية والتى ظهرت جلية بعد دراسات طويلة واعترف بها علماء من غير المسلمين ممن يعتبرون قادة فى محيط تخصصهم .

إن الصوم نعمة أرادها الله للصائمين .

واستكمالا للبحث وإتماماً للفائدة كان لا بد من بيان أركان الصوم ومبطلاته وآدابه وسلوك الصائم فيه وكل ما يتصل بأداء هذه الفريضة حتى يكون الموضوع وافياً دينياً وعلمياً .

والله ولى التوفيق ،،

عبد الرازق نوفل

بسم الله الرحمن الرحيم

« يَأَيُّهَا ٱلَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ
الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ
لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ » .

صدق الله العظيم

معنى الصوم

الصوم في اللغة هو الإمساك ، فيقال صام الرجل عن الكلام أى أمسك عنه ، ويقال صامت الرياح أى أنها أمسكت عن الهبوب .

وفى الشريعة الإسلامية الصوم هو الإمساك عن الطعام والشراب والمعانى الجنسية من طلوع الفجر إلى غروب الشمس طوال شهر رمضان إيمانا واحتسابا لله تعالى وطاعة لما أمرنا به فى كتابه العزيز بنص الآية الآية الشريفة (شهر رمضان الذى أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان فمن شهد منكم الشهر فليصمه ومن كان مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون) . وتنفيذا لنص الآية الكريمة (كلوا واشربوا حتى يتبين لكم الخيط الأبيض من الخيط الأسود من الفجر ثم أتموا الصيام إلى الليل) .

الصوم فطرة وعبادة

الصوم فطرى فى الإنسان إذ لجأ إليه منذ القدم . وتدل الآثار على أن قدماء المصريين حتى فى أيام وثنيتهم كانوا يصومون بطريقة معينة وكذلك أهل اليونان الرومان . ولايزال والوثنيون فى الهند يصومون حتى الآن .

والصوم ليس فطريا فى الإنسان وحده بل أثبتت الدراسات أخيرا أن معظم الكائنات الحية الأخرى تصوم أيضا : فمن المشاهد المعروف مثلا أن الجمل يصوم لمدة ما ولكن عرف أن كائنات أخرى تصوم كذلك مثل الحشرات بل والنباتات أيضا .

والصوم أيضا عبادة قديمة جاءت بها الأديان السابقة وكانت أحد أركانها وإن كانت كتب الديانات الأخرى التى بين أيدينا ليس فيها بيان طريقة الصوم المشروع فيها فإن أسفار التوراة والأناجيل المتداولة تمدح الصوم وتذكره كعبادة . والتوراة تفرض صوم بعض الأيام ومنها صوم اليوم العاشر من الشهر السابع ولعلهم كانوا يسمونه عاشوراء ، وثبت أن سيدنا موسى عليه الصلاة والسلام صام أربعين يوما

ولجأ الإنسان إلى الصوم قربى لله أو وفاء للنذر وفى ذلك تقول الآية الشريفة عن مريم ما نصه :

« فَإِمَّا تَرَيِنَّ من الْبَشَرِ أَحَداً فَقُولى إِنِّى نَذَرْتُ لِلرَّحْمٰنِ صَوْماً فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيّاً »

وعن سيدنا زكريا تقرر الآيات الشريفة أن الله سبحانه وتعالى أمره بصوم ثلاثة أيام عن الكلام بالنص الشريف :

« قَالَ رَبِّ اجْعَل لى آيَةً قَالَ آيَتُكَ ألا تُكَلِّمَ النَّاسَ ثَلاثَةَ أَيَامٍ إِلَّا رَمْزاً » .

وهكذا فرض الإسلام الصوم كما فرضته الأديان السابقة على شعوبها وفى ذلك يقول القرآن الكريم :

« يَأَيُّهَا الذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيكُمُ الصِّيامُ كَما كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبلِكُم لَعَلَّكُم تَتَّقُونَ »

وصوم رمضان هو أحد أركان الإسلام الخمسة بقوله صلى الله عليه وسلم (بنى الإسلام على خمس شهادة ألا إله الله ، وأن محمدا رسول الله ، وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة ، وصوم رمضان وحج البيت لمن استطاع إليه سبيلا) .

وقد فرض صيام رمضان يوم الاثنين الثانى من شهر شعبان للسنة الثانية من الهجرة .

لماذا نصوم فى شهر رمضان ؟

إن اختيار شهر رمضان لأداء فريضة الصوم ليس على سبيل المصادفة ، فان هذا الشهر لا يماثل غيره ولا يتساوى مع الشهور السابقة عليه أو اللاحقة له . فهو شهر عظيم إذ حدث فيه أكبر انقلاب عرفته البشرية أو سمعت به منذ عهد آدم عليه السلام إلى أن تنتهى الحياة من الأرض إذ نزل فيه القرآن الكريم وهو آخر كتاب سماوى على خاتم الرسل والنبيين سيدنا محمد بن عبد الله الصادق الأمين صلى الله عليه وسلم وذلك بالنص الشريف (شهر رمضان الذى أنزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان) ليدعو إلى أعظم الرسالات وأتمها وآخر الديانات

وأكملها ألا وهى الدين الإسلامى ، إذ تقول الآيات الشريفة (اليوم أكملت لكم دينكم وأتممت عليكم نعمتى ورضيت لكم الإسلام دينا) ، (إن الدين عند الله الإسلام) .

وليس أدل على عظم شأن هذا الشهر من أن فيه ليلة واحدة هى خير من ألف شهر ألا وهى ليلة القدر التى أنزل فيها القرآن الكريم وقد قال الله سبحانه عنها إنها ليلة سلام وفى ذلك تقول الآيات الكريمة :

« إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ . وَمَا أَدْرَاكَ مَا لَيْلَةُ الْقَدْرِ لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ . تَنَزَّلُ الْمَلَائِكَةُ وَالرُّوحُ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِمْ مِنْ كُلِّ أَمْرٍ . سَلَامٌ هِيَ حَتَّى مَطْلَعِ الْفَجْرِ » .

كما قال عنها الله جل شأنه إنها ليلة مباركة وفيها يفرق كل أمر حكيم وذلك بنص الآيات الشريفة :

« إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةٍ مُبَارَكَةٍ إِنَّا كُنَّا مُنْذِرِينَ . فِيهَا يُفْرَقُ كُلُّ أَمْرٍ حَكِيمٍ » .

فإذا كان هذا هو شأن ليلة واحدة فيه فكيف بكل لياليه ؟ . .

هذا هو قدر هذا الشهر العظيم شهر القرآن الكريم الذى تقرر أن تتم فيه فريضة الصيام .

والقرآن الكريم الذى أنزله الله سبحانه وتعالى لهداية البشر فى هذا الشهر العظيم إنما أنزله رحمة بعباده ومحبة لهم فقد شاء عز وعلا أن يهدى العباد إلى ما فيه خيرهم فى الدنيا وفوزهم فى الآخرة ، وأراد أن ينير لهم طريق الخير واضحا جليا وأن يحدد لهم طريق الشر ظاهراً بينا ، فأنزل القرآن الكريم ليخرج الناس من الظلمات التى كانت تخيم على الإنسانية بالكفر والشرك والالحاد والضلال إلى نور الإيمان والتوحيد والاسلام وذلك بنص الآيات الشريفة :

« الر كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ لِتُخْرِجَ النَّاسَ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِ رَبِّهِمْ إِلَى صِرَاطِ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ » .

« وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً وَبُشْرَى لِلْمُسْلِمِينَ » .

فاذا كان هذا هو بعض قدر القرآن الكريم وإذا كانت هذه بعض أهدافه أفلا يجب علينا شكر الله سبحانه وتعالى والاعتراف بهذه النعمة الجليلة ؟ . .

وأداء الصوم إنما هو عبادة فيها الاعتراف بفضل الله سبحانه وتعالى والإقرار بالشكر ولذلك نجد فى آية الصوم النص الشريف :

« فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ

وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ »

ولذلك فان تحديد هذا الشهر العظيم لأداء هذه الفريضة إنما هو لاحياء ذكرى نزول القرآن الكريم والاحتفال به وشكر الله جل شأنه على ما أنعم به على الإنسانية من نعمة الهداية إلى التوحيد الخالص الذى هو أساس دعوة الإسلام ، وعلى ما أنزله فى القرآن الكريم من آيات فيها الشفاء لكل نفس والرحمة فى كل أمر وفى ذلك تقول الآية الشريفة (وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين) .

كيف يثبت أول الصوم ونهايته ؟

يثبت أول الصوم برؤية هلال شهر رمضان كما يثبت نهايته برؤية هلال شهر شوال أما إذا لم يمكن رؤية هلال رمضان لوجود السحب الكثيفة أو تعذر الرؤية لسبب آخر يحول دون رؤية الهلال فعلى المسلم أن يكمل شعبان ثلاثين يوما ثم يصوم اليوم التالى لنهاية شعبان وذلك بنص حديث سيدناً رسول الله صلى الله عليه وسلم الذى يقول (صوموا لرؤيته وأفطروا لرؤيته فإن غم عليكم فأكملوا عدة شعبان ثلاثين يوماً) . وإذا تعذر رؤية هلال شوال أكملنا عدة شهر رمضان ثلاثين يوماً استنادا للحديث الشريف المروى عن سيدناً محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم والذى يقول (إذا رأيتم الهلال فصوموا وإذا رأيتموه فأفطروا فإن غم عليكم فعدوا ثلاثين يوماً) .

وتثبت رؤية هلال شهر رمضان بشهادة شاهد عدل فقد روى عن ابن عباس قال (جاء أعرابى إلى النبي صلى الله عليه وسلم فقال : إنى رأيت الهلال فقال النبي صلى الله عليه وسلم أتشهد أن لا إله إلا الله ؟ قال : نعم فقال : أتشهد أن محمداً رسول الله ؟ فقال : نعم فقال النبي عليه السلام : يا بلال أذن فى الناس فليصوموا غداً) .

أما رؤية هلال شوال فلا يكفى فيها شهادة الواحد إذ أنها ستنهى فريضة الصوم فلا بد من التيقن التام .

هذا والتقدم فى علوم الفلك واكتشاف الأجهزة المقربة واستعداد المراصد تجعل أمر رصد الهلال شيئاً ميسوراً . وتقوم الدولة بهذا العمل وتعلن بداية شهر الصوم ونهايته بمختلف وسائل الإعلام وباحتفالات ووسائل تناسب جلال الموقف وقدسية المناسبة .

غير أن المسلم المغترب فى بلاد غير إسلامية والذى ربما لا يتمكن من الاستماع إلى الإذاعات الصادرة من البلاد الإسلامية فى الوقت المناسب يمكنه الاعتماد على الرؤية ، وأن لم يستطع فعليه العمل بنص الأحاديث التى سلفت .

أما بداية الصيام اليومية ونهايته طوال شهر رمضان فالدولة قد تكفلت بحسابه تماماً اعتمادا على الجداول الزمنية والمعدلات الحسابية والرصد وتعلن بمختلف الوسائل بداية الصوم بطلوع الفجر ونهايته بغروب الشمس .

أما المسلم الذى يعيش فى بلاد تطول فيها فترة بقاء الشمس فلا تغرب إلا بضع ساعات أو تغرب فيها طويلا فلا تشرق إلا عددا قليلا من الساعات بحيث يشق عليه الصوم فى الحالة الأولى وتقل عدد ساعات الصوم فى

الأخرى . . فعليه أن يتبع توقيت أقرب بلد إسلامى له أو توقيت البلاد التى نزل فيها التشريع أى مكة أو المدينة .

من يجب عليه الصوم

يجب الصيام على كل مسلم ومسلمة بشرط العقل والبلوغ والصحة والاقامة وأن تكون المرأة طاهرة من الحيض والنفاس .

فلا يجب الصوم على غير المسلم ولا على المجنون ولا على الصبى إذ يقول النبى صلى الله عليه وسلم (رفع القلم عن ثلاثة : عن المجنون حتى يفيق ، وعن النائم حتى يستيقظ ، وعن الصبى حتى يحتلم) غير أن الصبى ولو أنه غير مكلف به — يجب على ولى أمره أن يأمره به إذا رآه قادرا عليه مستطيعا له ، وأن يعوده اياه حتى يشب راغبا فيه مقبلا عليه .

أما المريض أو المسافر فيباح له الافطار وعليه قضاء ما أفطر فى أيام أخر بعدد الأيام التى أفطرها اليوم بيوم وذلك بنص الآية الكريمة (فمن كان منكم مريضا أو على سفر فعدة من أيام أخر) .

واطلاق المرض الذى يباح بسببه الفطر يجعل الانسان فى ذلك صاحب الرأى القاطع فى صومه أو إفطاره . فكل ما يصيب الانسان مما يقع تحت التعريف بالمرض يبيح لصاحبه الافطار مثل الانفلونزا إذ تعتبر مرضا ولكن أحمرار العين أو الصداع الطارىء لا يعتبر مرضا يبيح الافطار .

وكل من اعتقد مخلصا أن حالته الصحية ستصاب بالضرر لو عكة هو فيها إذا صام جاز له الافطار .

وحكم المسافر كحكم المريض له أن يصوم إذا اعتقد عدم الضرر به وله أن

يفطر إذا اعتقد أن الصيام يضره ، واطلاق القرآن الكريم السفر إنما هو للتيسير فلم يحدد وسيلة السفر ولا مدته ولا طريقته ليكون الانسان على نفسه بصيرا وبأحواله خبيرا .

وأما الحائض أو النفساء فيحرم عليها الصيام . فاذا أقبل رمضان فعليها وهى فى حالتها هذه ألاتصوم حتى تطهر وتغتسل ثم تصوم . وإذا جاءها الحيض أو نفست فى أثناء رمضان وجب عليها الافطار فورا حتى تطهر وتغتسل وتنوى الصيام وعلى المرأة فى الحالتين أن تقضى صياما بعدد مافاتها من أيام رمضان بسبب الحيض أو النفاس وعليها قضاء مافاتها من رمضان بعد زوال أسباب إفطارها .

وأما الحامل أو المرضع فى رمضان فحكمها كحكم المسافر يمكن أن تصوم إذا لم تجد فيه أى احتمال لوقوع الضرر عليها أو على جنينها أو رضيعها ، فإذا خافت على نفسها أو على ما فى بطنها أو وليدها فلها أن تفطر وعليها القضاء .

من تجب عليه الفدية

يقول الله سبحانه وتعالى فى كتابه العزيز (وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين) ويطيقونه أى يتحملونه بعسر وجهد وينتج عن ذلك المشقة والإرهاق فيكون الصيام فى هذه الحالة إما مساويا بالكاد لطاقة الإنسان الحيوية أو يزيد عليها وفى الحالتين يقع الضرر المؤكد .

وتظهر هذه الحالة فى الشيخوخة وفى المرض المزمن الذى لاينتظر أن يبرأ . وهؤلاء قد أباح الله سبحانه وتعالى لهم الافطار وليس عليهم القضاء

لعدم الاستطاعة وعليهم أن يطعموا عن كل يوم من أيام الصيام مسكينا .

وهناك آراء تجيز لهم الإفطار بلافدية ، والراجح أن ذلك إنما يكون عند عدم توافر إمكانيات الفدية للعسر إذ أن الآية الشريفة صريحة فى وجوب الفدية .

ويدخل تحت هذا القسم العمال ومن فى حكمهم من الذين يزاولون أعمالا يكتسبون منها أرزاقهم ، ويشق عليهم بسببها الصوم ، أو تتأثر هذه الأعمال بالصوم مما يؤدى إلى الضرر بالصائم أو بغيره أو بالمجتمع هؤلاء لهم الإفطار وعليهم الفدية .

وهذا من يسر الإسلام وسماحته وفى ذلك يقول الله عز شأنه : (يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر) .

مبطلات الصوم

يبطل الصوم إذا تعمد الإنسان الأكل أو الشرب فى فترة الصوم الزمنية اليومية وهى من طلوع الفجر إلى غروب الشمس وهو يتذكر أنه صائم .

كما يبطله تعمد القيء بأية طريقة ، ونزول الحيض للمرأة أو نفاسها ولو فى اللحظة الأخيرة قبل غروب الشمس يبطل الصوم .

وكذلك يبطل الصوم إذا نوى الصائم الفطر حتى لو لم يتناول مفطرا فإن الانسان ونيته والنية فى الصوم من أركانه ، إذ يجب تبييت النية له من الليل عملا بالحديث النبوى الشريف (من لم يجمع الصيام قبل الفجر فلا

صيام له) . وليس للنية وقت محدد فهى تصح فى أى وقت من الليل وليس لها ألفاظ محدودة بل لا يشترط فيها التلفظ فانها من أعمال القلوب . وإن من تسحر بالليل أو تجرع بماء قاصدا الصيام فقد اكتملت نيته .

وفى كل هذه الأحوال يجب القضاء بصيام يوم بدلا من كل يوم بطل صومه وعليه الاستغفار والتوبة إذ أنه خالف أوامر الله سبحانه وتعالى .

وأما من أكل أو شرب وهو يظن أن الصوم لم يبدأ وأن الفجر لم يطلع بعد ثم إذ به يرى ضوء الصبح أو ظن أن الصوم انتهى وغربت الشمس ثم إذ به يرى الشمس لم يحن وقت غروبها بعد ، فيقول البعض بوجوب القضاء ويقول البعض الآخر بصحة الصوم .

ومما يرجح الرأى الأخير بصحة الصوم الآية الشريفة (وليس عليكم جناح فيما أخطأتم به ولكن ما تعمدت قلوبكم) والحديث النبوى الشريف (إن الله رفع عن أمتى الخطأ والنسيان وما استكرهوا عليه) .

وأما إذا جامع الرجل زوجته وهو صائم فقد بطل صومه وعليه علاوة على قضاء يوم بدلا من يومه كفارة وهى عتق رقبة ، فإذا لم يستطع فصيام شهرين متتابعين وإذا لم يتمكن فاطعام ستين مسكينا استنادا إلى ما يروى عن أبى هريرة رضى الله عنه إذ قال (جاء رجل إلى النبى صلى الله عليه وسلم فقال : هلكت يارسول الله . قال : وما أهلكك ؟ . قال : وقعت على امرأتى فى رمضان فقال : هل تجد ما تعتق رقبة ؟ . قال : لا . قال : فهل تستطيع أن تصوم شهرين متتابعين ؟ . قال لا . قال : فهل تجد ما تطعم ستين مسكينا ؟ قال : لا . ثم جلس الرجل فأتى النبى صلى الله عليه وسلم

بعرق فيه تمر فقال تصدق بهذا . فقال الرجل : فهل على أفقر منا ؟ فما بين لابتيها أحوج إليه منا . فضحك النبى صلى الله عليه وسلم حتى بدت نواجذه وقال : (إذهب فأطعمه أهلك .)

أمور لا تبطل الصيام

لا يبطل الصوم إذا غلب الإنسان القىء ولم يستطع منعه استنادا لحديث سيدنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم (من ذرعه القىء وهو صائم فليس عليه قضاء) .

وكذلك إذا أكل الإنسان أو شرب ناسياً فصيامه صحيح وذلك لقوله صلى الله عليه وسلم فى حديثه الشريف (من نسى وهو صائم فأكل أو شرب فليتم صومه فإنما الله أطعمه وسقاه) .

والاغتسال من الحر أو النزول فى الماء لا يبطل الصوم فقد شاهد الصحابة سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم يصب الماء على رأسه من الحر وهو صائم . وإذا أدخل الماء فى جوف الإنسان نتيجة ذلك من غير قصد فصيامه صحيح .

وقرر العلماء أن الكحل لا يبطل الصوم وبديهى أن حكم الكحل يسرى على ما يماثله مما يوضع فى العين أو الأنف أو الأذن من مواد أو سوائل . ولا يبطل الصوم تعاطى الحقن بأنواعها فى الوريد أو تحت الجلد للتقوية أو العلاج وكذلك الحقن الشرجية وذلك لأنها جميعاً تعطى عن غير الطريق الطبيعى للغذاء ولأنها للتداوى والعلاج .

ولا يبطل الصيام المضمضة والاستنشاق إلا أنه تكره المبالغة فيهما .

وكذلك لا يبطل الصيام دخول مواد غريبة إلى داخل الجسم عن الطريق الطبيعي للغذاء وهو الفم ولا يمكن الاحتراز منها كغبار الطريق وغربلة الدقيق ومثل ذلك .

وكذلك إذا احتلم الإنسان وهو نائم أو أصبح جنباً فصيامه صحيح .

وتقبيل الزوج لزوجته أو عناقها لا يبطل الصوم ، إذ روى عن سيدنا عمر رضى الله عنه أنه قال (هششت يوماً فقبلت وأنا صائم فأتيت النبي صلى الله عليه وسلم فقلت إنى صنعت اليوم أمراً عظيما فقبلت وأنا صائم فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : أرأيت لو تمضمضت بماء وأنت صائم ؟ فقلت لا بأس بذلك فقال : ففيم ؟ .) أى ففيم السؤال إذن ؟

غير أنه لو سببت القبلة أو العناق تحريك الميل فإنها تكون مكروهة إذ أن الصائم فى أثناء صومه فى عبادة .

ولا يبطل الصيام وضع المساحيق أو المراهم على الجلد أو استنشاق البخور أو وضع الروائح وشم الورد .

ولا بأس بتذوق الطعام للحكم على درجة نضجه أو حلاوته أوحرارته بشرط ألا ينزل إلى جوف الصائم منه شيء .

آداب الصوم

إن مما يستحب أن يراعيه الصائم أن يحرص على السحور فإن سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : (تسحروا فإن فى السحور بركة) .

وذلك للمحافظة على صحة الصائم وتيسير صومه ، ويتحقق السحور بتناول أية كمية من طعام أو حق جرعة ماء ؛ إذ قال عليه الصلاة والسلام (السحور بركة فلاتدعوه ولو أن يجرع أحدكم جرعة ماء فإن الله وملائكته يصلون على المتسحرين) . ووقته هو من منتصف الليل إلى طلوع الفجر ويستحب التأخير فيه ما أمكن .

وإذا كان يستحب تأخير السحور فإنه على العكس من ذلك بالنسبة للافطار إذ يستحب التعجيل به ثم أداء صلاة المغرب بعده فعن أنس رضى الله عنه قال (كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يفطر على رطبات قبل أن يصلى فإن لم تكن فعلى تمرات فإن لم تكن حسا حسوات من الماء) .

والدعاء عند الفطر والسحور والشكر والحمد بعدهما مما يستحب وإن كان يستحب الدعاء والحمد طوال اليوم والليل فإن فى قضاء الصوم وتمام العبادة ما يوجب شكر الله على ما هدانا وتوافر ما أفطرنا عليه وما تسحرنا به مما يوجب الحمد لله على ما أعطانا ووهب لنا .

سلوك الصائم

الصوم عبادة ، وإن كانت مظاهرها هى الإمساك عن الأكل والشراب والجماع بنية الصوم وذلك لفترة يومية هى من طلوع الفجر إلى غروب الشمس فى شهر رمضان فإن هناك بعض ما يجب على الصائم أن يراعيه لاسيما إذا ما تذكر الصائم فى صومه أنه إنما هو فى عبادة لله سبحانه وتعالى . وكما أن الإنسان فى صلاته نجده وقد وقف خاشعا لله مستحضرا فى قلبه بعد أن اطمأن إلى طهارة ثوبه ومكانه — أنه بين يدى الله جل شأنه . وفى

الحج نجد الإنسان قد تجنب الفحش والفسوق بل والجدال ، كذلك فى الصوم يجب على الإنسان أن يكون كما يجب وهو بين يدى الله يؤدى فريضة لها مكانتها بين سائر العبادات الأخرى . فعن فضلها يقول النبى صلى الله عليه وسلم : (من صام رمضان إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه) وقال صلى الله عليه وسلم عن هذا الشهر : (إذا جاء رمضان فتحت أبواب الجنة وغلقت أبواب النار وصفدت الشياطين) .

وقد نهى سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الفحش فى الكلام أو ارتفاع الأصوات للقتال أو الشتم والإنسان صائم ، وذلك بنص حديثه الشريف : (إذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن شاتمه أحد أو قاتله فليقل إنى امرؤ صائم) .

ونهى كذلك عن قول الزور أو العمل به وذلك بنص الحديث الشريف : (من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة فى أن يدع طعامه وشرابه) .

ونهى عن الغيبة وهى أن يذكر الصائم غيره فى غيبته بما يكره أن يعرف عنه فقد جلست امرأتان صائمتان تغتابان الناس فما إن رفع أمرهما إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم حتى قال : (هاتان صامتا عما أحل الله لهما وأفطرتا على ما حرم الله تعالى عليهما) .

ونهى كذلك عن الكذب والمشى بالنميمة بين الناس واليمين الكاذبة والنظرة بشهوة وذلك بنص الحديث الشريف : (خمسة يفطرن الصائم الكذب والغيبة والنميمة واليمين الكاذبة والنظرة بشهوة) .

ويرى فريق من العلماء أن هذه الأمور تفسد الصوم يقينا لما تتضمنه الأحاديث من نص صريح على ذلك ويضاف إلى الأحاديث السابقة الحديث الشريف (رب صائم ليس له من صيامه إلا الجوع والعطش) .

ويرى فريق آخر أنها من الأمور التى لا تبطل الصوم وإنما باجتنابها يتم الصوم ويكمل . والله سبحانه وتعالى أعلم . فهو الذى يقبل الصوم وهو الذى يجزى به وفى ذلك يقول الله تبارك وتعالى فى الحديث القدسى : (كل عمل ابن آدم يضاعف الحسنة عشر أمثالها إلى سبعمائة ضعف . قال الله تعالى إلا الصوم فإنه لى وأنا أجزى به) .

وإذا كان الإمساك عن الطعام والشراب والميول الجنسية هو الدرجة الدنيا للصوم إذ أنه صوم البطن والشهوة فإن فى صوم الأيدى عن الأذى والأرجل عن السعى إلى فساد ، واللسان عن كل مكروه ، والأذن عن الاستماع إلى الغيبة والنميمة أو الهمز واللمز ، والعين عن كل المحرمات فى هذا كله ما يجعل صوم المرء فى الدرجة الوسطى والله أعلم .

أما الدرجة العليا من الصوم ففيها علاوة على ما سبق يصوم قلب الإنسان عن الاشتغال بغير خالقه ، ولا يعنى هذا انقطاع العبد عن عمله والاعتكاف للعبادة ولكن يمكن الإنسان مع مزاولة عمله المعتاد أن يجعل قلبه معلقا بالرجاء فى الله وحده ، ولا تهجس نفسه بشىء من حقد أو حسد أو تفكير فى إثم أو ظن فى سوء . فيكون قد صام داخله وصامت جوارحه وأمسك عن شهواته .

وإذا كان الصوم قد وجب فى شهر رمضان تعظيما لشأنه لنزول القرآن فيه فقد وجب لذلك احياء هذه الذكرى بتلاوة القرآن الكريم ودراسته

والتدبر فيه طوال شهر رمضان . فاذا كان الانسان المسلم إنما يتطلب واجبه نحو دينه أن يهتم على الدوام بكتابه الذى أنزله الله سبحانه وتعالى لهدايته فان اهتمامه به فى شهر رمضان ليعتبر واجباً حتمياً وأمراً مفروضاً مقرراً .

وليس المقصود من تلاوة القرآن الكريم هو كثرة ترديد آياته والتبارى فى عد مرات التلاوة كما يفعل الكثير منا ، فان هذا يصرف الانسان عن المعنى وعن التدبر الذى طالبنا به الله سبحانه وتعالى فى مثل قوله تعالى : (كتاب أنزلناه إليك مبارك ليدبروا آياته وليتذكر أولو الألباب) ، (أفلا يتدبرون القرآن أم على قلوب أقفالها) فالمراد هو التأمل والبحث والفهم والطاعة .

وعلى الصائم أن يجتهد فى الصلاة ولذلك نجد صلاة القيام تقام فى شهر رمضان دون غيره من الشهور .

أما إذا أقبلت ليلة القدر وهى إحدى ليالى الوتر فى العشر الأواخر من رمضان والقول الغالب أنها ليلة السابع والعشرين منه فعلى الصائم أن يحييها بكثرة الاستغفار والصلاة وتلاوة القرآن الكريم والصدقات وعمل الخير ما أمكن إذ أن الخير فيها يفضل مثيله فى غيرها لأنها خير من ألف شهر إذ يقول عنها الله سبحانه وتعالى (ليلة القدر خير من ألف شهر) .

وتجب فيها كثرة الدعاء والطلب فعن عائشة أنها قالت : (قلت يا رسول الله أرأيت إن علمت أى ليلةٍ ليلةُ القدر ما أقول فيها ؟ قال : قولى اللهم إنك عفو تحب العفو فاعف عنى) .

زكاة الفطر

وتسمى زكاة البدن أو صدقة الفطر وهى واجبة على المسلم الحر المالك لقدر الزكاة بعد قوته وقوت من يعول ليوم وليلة .

ويجب على المسلم إخراجها عن نفسه وعن كل من يقوم بالإنفاق عليه كزوجته وأبنائه وخدمه وأى قريب يقوم بنفقته .

وقدرها أوضحه سيدنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم عند ما أعلن وجوب زكاة الفطر حيث قال : (أدوا صاعا من بر أو قمح أو صاعا من تمر أو شعير عن كل حر أو عبد صغير أو كبير) .

والصاع يساوى بالكيل المصرى عند الحنفية قدحين وثلث القدح وقيمة الزكاة الواجبة نقدا هى نحو عشرة قروش مصرية عن الفرد الواحد .

وإخراجها نقداً حالياً أكثر نفعا إذ يتمكن الفقير من تدبير ما هو فى حاجة إليه من كساء أو دواء .

ووقت إخراجها هو آخر رمضان من غروب الشمس إلى طلوع فجر يوم العيد والمؤكد أنها تؤدى حتما قبل الخروج إلى صلاة العيد إذ قال ابن عمر رضى الله عنه (أمرنا رسول الله صلى الله عليه وسلم بزكاة الفطر أن تؤدى قبل خروج الناس إلى الصلاة) .

ويجوز تقديمها عن ذلك يوماً أو يومين بل وقيل يجوز التقديم من أول الشهر . وأما إذا أخرجت بعد الصلاة فهى صدقة ، فيقول ابن عباس (فرض رسول الله صلى الله عليه وسلم زكاة الفطر طهرة للصائم من اللغو

والرفث وطعمة للمساكين . من أداها قبل الصلاة فهى زكاة مقبولة ومن أداها بعد الصلاة فهى صدقة من الصدقات .)

وزكاة الفطر شرعت جبرا لما عسى أن يكون قد وقع من الإنسان الصائم من هفوات ولذلك يقول النبى صلى الله عليه وسلم : (صوم رمضان معلق بين السماء والأرض لا يرفع إلا بزكاة الفطر) .

أهداف الصوم الاجتماعية

لاشك أن الفقر هو من أقسى وأمر ما يصيب الإنسان فى حياته . وأخطر مراحل الفقر إذا ما وصل الفقير إلى حالة الجوع . ولذلك فإن الأفراد فى صراعهم الدائم مع الحياة إنما يحاولون قدر الاستطاعة توفير ما يدفع عنهم الفقر ويجعلهم فى مأمن من الجوع . والدول فى حروبها وسلامها وفى إنتاجها وعملها إنما تهدف إلى توفير الحياة الكريمة لأفرادها وتأمين عيشهم . وأكثر ما قامت الحروب لدفع غوائل الفقر عن الدول أو الطمع فى زيادة مواردها وأكثر ما اشتعلت الثورات بسبب الفقر أو الخوف منه .

والإسلام حرص على توفير الحياة الكريمة الرغيدة لأفراده عن طرق كثيرة ومتعددة كلها تهدف إلى محاربة الفقر ومعاونة الفقراء . والصوم من هذه الوسائل .

فمن بين ما يهدف إليه الصوم — وفى كل يوم تضيف الدراسات جديداً إليه — مساعدة الغنى للفقير عن طريق الاقتناع الحسى والإيمان الفعلى عندما يحس بوطأة الجوع ويتمثل كيف يمكن فى طرفة عين أن يبدل الله سبحانه وتعالى حاله من اليسر الذى هو فيه إلى الفقر والجوع

فيعانى ما أحسه بالصوم . . . ألا يثير ذلك فى نفسه الشفقة والعطف والجود على الفقير فيبذل من نفسه طواعية واختياراً ما يوفر عن طريق المشاركة الجماعية الحياة للفقير . وقد يعتقد الإنسان أن الصائم إذا أحس بالجوع فتصدق فإنما ينتهى ذلك بانتهاء شهر رمضان . ولكن الدراسات أثبتت أن الإنسان إنما يحافظ على ما تعوده ، وتعود الإنسان الصدقة والبر بالفقراء فى رمضان تجعله يظل على هذه الحالة بعد رمضان .

وزكاة الفطر تعتبر دليلا ما بعده من دليل على أن من ضمن أهداف الصوم البر بالفقراء إذ يقول الحديث الشريف (اغنوهم فى هذا اليوم) أو (اغنوهم عن طواف هذا اليوم) .

ولا تقتصر أهداف الصوم الاجتماعية على البر بالفقراء بل إن الفقير الذى أخذ زكاة الفطر فأصاب مالا بحيث يزيد على نفقته ونفقة من يعول ليومه وليلته طالبته الزكاة بإخراجها عن نفسه وعمن تلزمه نفقته ، وبذلك يشعر بأنه فرد له دور إيجابى فى مجتمعه وأنه يقوم بما يقوم به الغنى من عطاء وتقديم صدقة فيشعر بأنه — ولو ليوم واحد — محسن لا محسن إليه ، وأنه أصبح من أصحاب اليد العليا .

وكذلك من ضمن أهداف الصوم الاجتماعية إعلان المساواة بين أفراد المجتمع الإسلامى بطريق فعال إيجابى ألا وهو إمساك الجميع غنيهم وفقيرهم كبيرهم وصغيرهم حاكمهم وخادمهم عن الأكل والشرب فى وقت واحد ولحظة واحدة ثم عودتهم للإفطار فى وقت واحد . وبذلك يتحقق بطريق عملى إعلان المساواة بين الأفراد . . لا طبقية ولا عصبية . . إنما مجتمع متكامل متكافل متساو أفراده . . كما يتساوون فى صفوف الصلاة وكما

يتماثلون فى حج بيت الله وفى هذا رفع لروح المجتمع المعنوية ودفع لهم على أن يساهموا فى العمل من أجل مجتمعهم بعد أن آمنوا بالطريق العملى بتساويهم وتماثلهم .

وما يقال عن الأفراد فى المجتمع الواحد يقال عن الدول الإسلامية فجميع البلاد الإسلامية تصوم فى يوم واحد وتفطر فى يوم واحد يجمعها إحساس واحد طوال شهر كامل ويقومون بعمل واحد طوال هذا الشهر . هذا الإحساس هو اجتماع المسلمين أينما كانوا فى شعور هو العبادة الواحدة والعمل الواحد طوال هذه المدة الطويلة المتوالية الأيام ألا وهى شهر رمضان .

ألا يشير ذلك إلى ما أراده الإسلام لهذه الدول من أن تتحد فى كلمتها كما اتحدت فى عقيدتها وعبادتها وصومها وإفطارها ، وأنه بذلك إنما يدعوها إلى وحدة شاملة ؟ . . . فإذا كان بعد أمصارها بعضها عن بعض لم يغير من وحدة أعمالها فى إمساكها وإفطارها وصلاتها وقيامها وزكاتها فعلام إذن الخلاف ؟ وفيم التنابذ ؟ .

أسرار الصيام الطبية

لعلى فيما يقوله المرحوم الدكتور عبد العزيز إسماعيل فى كتابه (الإسلام والطب الحديث) عن أسرار الصيام الطبية ما يمكن أن يعتبر القول الفصل فى هذا الشأن فهو بحق اعتبر من أساطين الطب وكبار العلماء فى هذا الميدان .

يقول فى الكتاب المذكور ما نصه :

من الناس من يتوهم أن صيام رمضان وهو من أركان الإسلام مضرة تلحق بالصائم ، لما يصيب الجهاز المضمى خاصة وغيره عامة ولما يكون من بعض الصائمين من انفعال وغضب . وهذا خطأ ، لأن ما ذهبوا إليه ليس من الصيام فى شىء ولكنه من ترك الاعتدال فى طعام الإفطار والسحور ولأنهم لم يراعو وقت الإفطار ما يتناسب مع خلو المعدة النهار كله ، ولأن السحور يجب أن يقتصر على بضع لقيمات لأنه لا ضرر من الجوع فى ذاته .

ولقد ظهر أن الصيام يفيد فى حالات كثيرة وهو العلاج الوحيد فى أحوال أخرى . وهو من أهم علاج إن لم يكن العلاج الوحيد للوقاية من أمراض كثيرة .

فللعلاج يستعمل فى :

اضطرابات الأمعاء المزمنة والمصحوبة بتخمر فى المواد الزلالية والنشوية وهنا ينجح الصيام وخصوصاً عدم شرب الماء بين الأكلتين ، وأن تكون بين الأكلة والأخرى مدة طويلة كما فى صيام رمضان . ويمكن أخذ الغذاء المناسب على حسب حالة التخمر . وهذه الطريقة أنجع طريقة لتطهير الأمعاء .

زيادة الوزن الناشىء من كثرة الغذاء وقلة الحركة ، فالصيام هنا أنجع من كل علاج مع الاعتدال وقت الإفطار فى الطعام والاكتفاء بالماء فى السحور .

زيادة الضغط الذاتى وهو آخذ فى الانتشار بازدياد الترف والانفعالات

النفسية ، ففى هذه الحالة يكون شهر رمضان نعمة وبركة وخاصة إذا كان وزن الشخص أكثر من الوزن الطبيعى لمثله .

البول السكرى وهو منتشر انتشار الضغط ويكون فى مدته الأولى وقبل ظهوره مصحوبا غالبا بزيادة فى الوزن فهنا يكون الصيام علاجاً نافعاً ، إذ أن السكر يهبط مع قلة السمن ويهبط السكر فى الدم بعد الأكل بخمس ساعات إلى اقل من الحد الطبيعى فى حالات البول السكرى الخفيف ، وبعد عشر ساعات إلى اقل من الحد الطبيعى بكثير ، ولا يزال الصيام مع بعض ملاحظات فى الغذاء أهم علاج فى هذا المرض حتى بعد ظهور الانسولين خصوصا إذا كان الشخص يزيد عن الوزن الطبيعى ، ولم يكن هناك علاج لهذا المرض قبل الانسولين غير الصيام .

التهاب الكلى الحاد والمزمن المصحوب بارتشاح وتورم .

أمراض القلب المصحوبة بتورم .

التهاب المفاصل المزمنة خصوصا إذا كانت مصحوبة بسمن كما يحدث عند السيدات غالبا بعد سن الأربعين . وقد شوهدت حالات تتمشى فى شهر رمضان بالصيام فقطأ كثرمما تتمشى مع علاج سنوات بالكهرباوالحقن والأدوية وكل الطب الحديث .

ورب سائل يقول : ولكن الصيام فى كل هذه الحالات يحتاج إلى إرشاد طبيب فى كل مرض على حدة ، والصيام الذى كتب على المسلمين إنما كتب على الأصحاء . وهذا صحيح ولكن فائدة الصيام للأصحاء هى الوقاية

من هذه الأمراض وبخاصة أمراض الاضطرابات المعوية وزيادة الوزن وزيادة الضغط والبول السكرى والتهاب المفاصل .

وهذه الأمراض كلها تبتدىء فى الإنسان تدريجيا بحيث لا يمكن الجزم بأول المرض ، فلا الشخص ولاطبيبه يمكنهما أن يعرفا أول المرض ، لأن الطب لم يتقدم بعد إلى الحد الذى يعرف فيه أسباب هذه الأمراض كلها ولكن من المؤكد طبياً أن الوقاية من كل هذه الأمراض إنماهى فى الصيام بل أن الوقاية فعالة جداً قبل ظهور أعراض المرض بوضوح ، وقد ظهر بإحصاءات لا تقبل الشك أن زيادة السمن يصحبها استعداد للبول السكرى وزيادة ضغط الدم الذاتى والتهاب المفاصل المزمن وغير ذلك . ومع قلة الوزن يقل الاستعداد لهذه الأمراض بالنسبة نفسها . وهذا هو السر فى أن شركات التأمين لاتقبل تأميناً على الأشخاص الذين يزيد وزنهم إلا بشروط تثقل كلما زاد الوزن . والصيام مدة شهر كل سنة خير وقاية من كل هذه الأمراض وهذه الأمراض تنتشر بزيادة الحضارة والترف ؛ فقد انتشرت فى أوروبا أكثر من الأول . وفى مصر يكاد يكون البول السكرى وزيادة الضغط مقتصرين على الطبقات الوسطى والعليا وقليلين جداً فى الفقراء .

ويغلب على الظن أن ذلك هو السر فى أن الصيام فى الإسلام أشد منه فى الأديان السابقة لأن الإسلام وهو آخر الشرائع السماوية ، جاء فى زمن نحتاج فيه إلى وقاية من أمراض تزداد كلما ازداد الترف .

وفى كل يوم يضيف الطب جديدا فى فوائد الصيام وما أكثر ما كتب عن أهداف الصوم الطبية وما ينشر أو يذاع دائماعنه من المختصين بمثل هذه الدراسات . فى كتاب (نحن المعمرون) للأستاذ حسن عبد السلام نجد

النص الآتى : (وفائدة الصوم أنه يريح الجهاز الهضمى ويتيح لأغشية الجسم فرصة تتخلص فيها مما يتجمع حولها من النفايات والمواد الحامضية والتوكسينات التى تتولد باستمرار فى الجسم . كما أنه يعطى الأنسجة والأعضاء المصابة بشىء من التقيح أو الاحتقان أو الالتهاب مجالا للشفاء ومن المعلوم أن كل امرىء معرض للإصابة ببعض البؤرات الصديدية التى تتكون داخل الجسم وتلوثه بما تصيبه من توكسينات فى مجرى الدم ، وهذه البؤرات قد يكون أثرها ضعيفا فى مبدأ الأمر فلا يحس المرء بنتائجها ويشعر كأنه فى كامل صحته ، غير أنه بمرور الزمن يتراكم الأثر الضار الذى ينجم عن وجود هذه البؤرات وفجأة يصاب الإنسان بمرض جسيم أو اختلال صحى يصعب الشفاء منه . وخير طريقة لتجنب الإصابات بالبؤرات الصديدية إنما هى الصوم من حين لآخر ، لأنه فى خلال فترة الصوم يتغذى الجسم بأنسجته الداخلية . فإن كان شىء من الاحتقان أو التقيح أو الالتهاب قد بدأ يصيب الأنسجة فإن أول ما يتهدم منها الخلايا المصابة فتتأكسد ويتخلص الجسم منها .

كما أن الصوم يذيب ما قد بدأ يتكون من الحصيات والرواسب الكلسية والزوائد اللحمية وأنواع البروز والنمو الخبيث . ويشيد مشاهير الأطباء فى أمم الغرب بفائدة الصوم أعظم إشادة ، وكذلك ينصحون به لتجنب ويلات المرض وللشفاء منه فى كثير من الحالات ويشيرون به بوجه خاص للمصابين بالديابيطس السكرى وتضخم الكبد والتهاب الكلى والبدانة وارتفاع ضغط الدم وبعض الأمراض التى تنجم عن الإفراط

فى الأكل وإصابة الجسم بشىء من الحموضة وبوجه عام للمحافظة على صحة الجسم وتجديد حيوته .)

واعترف الأطباء الأجانب من غير المسلمين بفوائد الصوم ويكفى أن من بين من أشادوا بالصوم الدكتور الطبيب العالمى الكسيس كاريل الحائز على جائزة نوبل فى الطب والجراحة إذ يقول فى كتابه الذى يعتبر حجة فى الطب (الإنسان ذلك المجهول) ما نصه : (إن كثرة وجبات الطعام وانتظامها ووفرتها تعطل وظيفة أدت دورا عظيما فى بقاء الأجناس البشرية وهى وظيفة التكيف على قلة الطعام . كان الناس فى الزمان الغابر يلتزمون الصوم فى بعض الأوقات وكانوا إذا لم ترغمهم المجاعة على ذلك يفرضونه على انفسهم فرضا بإرادتهم . إن الأديان كافة لا تفتأ تدعو الناس إلى وجوب الصوم . يحدث الحرمان من الطعام أول الأمر الشعور بالجوع ويحدث أحيانا بعض التهيج العصبى ثم يعقب ذلك شعور بالضعف . بيد أنه يحدث إلى جانب ذلك ظواهر خفية أهم بكثير منه . فإن سكر الكبد يتحرك ويتحرك معه أيضا الدهن المخزون تحت الجلد وبروتينات العضل والغدد وخلايا الكبد وتضحى جميع الأعضاء بمادتها الخاصة للإبقاء على كمال الوسط الداخلى وسلامة القلب . وأن الصوم لينظف ويبدل أنسجتنا) .

ولا يحتاج الأمر إلى إيضاح إذ أن الصوم الذى يقول به الدكتور ألكسيس كاريل يطابق تماما الصوم فى الإسلام إذ أنه يغير فى انتظام وجبات الطعام ويقلل من كميات الغذاء .

والدعوة إلى تقليل الغذاء بصفة عامة أهتم بها الإسلام الأمر الذى يؤكد أن من ضمن أهداف الصوم هو الاستفادة من الحمية التى يفرضها الصوم فتأمرنا آيات القرآن الكريم بذلك فى مثل الآية الشريفة (وكلوا واشربوا ولا تسرفوا) . ويوصينا بذلك أيضا سيدنا محمد رسول الله صلى الله عليه وسلم فى مثل الأحاديث الشريفة (ما ملأ ابن آدم وعاء شرا من بطنه بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه فإن كان لا محالة فاعلا فثلث لطعامة وثلث لشرابه وثلث لنفسه) و (المعدة بيت الداء والحمية رأس الدواء) .

وقد سار صحابة سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم على ذلك فقد أهدى المقوقس للنبي صلى الله عليه وسلم طبيبا ، فبعد أن مكث الطبيب بين المسلمين مدة ولم يقبل عليه أحد يشكو مرضا ذهب للنبي وقال مكثت مدة ولم يأتنى مريض فقال النبي صلى الله عليه وسلم حكمته الخالدة : (نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع) .

ولا يقتصر فضل الصوم من الناحية الطبية على الأمراض الباطنة بل إنه يعتبر من أنجح الوسائل لعلاج كثير من الأمراض الجلدية والوقاية منها وفى ذلك يقول الدكتور محمد الظواهرى أخصائى الأمراض الجلدية : (إن كرم رمضان يشمل مرضى الأمراض الجلدية إذ تتحسن بعض الأمراض الجلدية بالصوم . وعلاقة التغذية بالأمراض الجلدية متينة إذ أن الامتناع عن الغذاء أو الشراب مدة ما تقلل من الماء فى الجسم والدم وهذا بدوره يدعوا إلى قلته فى الجلد وحينئذ تزداد مقاومة الجلد للأمراض الجلدية المعدية والميكروبية ، ومقاومة الجسم فى علاج الأمراض المعدية هى العامل

الأول الذى يعتمد عليه فى سرعة الشفاء . وإن الجسم الذى لا يقاوم الميكروبات ويدفعها ينهار ويضعف تأثير الدواء المبيد للميكروبات مع الجسم القليل المقاومة . وقلة الماء فى الجلد تقلل أيضا من حدة الأمراض الجلدية الالتهابية والحادة والمنتشرة بمساحات كبيرة فى الجسم ، وأفضل علاج لهذه الحالات من وجهة الغذاء إنما هو الامتناع عن الطعام والشراب لفترة ما ولا يسمح إلا بالقليل من السوائل البسيطة ، وقلة الطعام تؤدى إلى نقص الكمية التى تصل منه إلى الأمعاء وهذا بدوره يريحها ويقلل من تكاثر الميكروبات الكامنة بها وما أكثرها ، وعندئذ يقل نشاط تلك الميكروبات المعوية ويقل إفرازها للسموم ومن ثم يقل امتصاص تلك السموم من الأمعاء ، وهذه السموم تسبب العدد الكبير من الأمراض الجلدية . وإن الأمعاء لبؤرة خطرة من البؤر العفنة التى تشع سمومها عند كثير من الناس وتؤذى الجسم والجلد وتسبب لهما أمراضا لاحصر لها . وشهر الصيام هو شهر الهدنة والراحة من تلك السموم وأضرارها . والصيام كذلك علاج لأمراض زيادة الحساسية وأمراض البشرة الدهنية).

الصوم من الناحية الإقتصادية

ليس مما يدعو إليه الإسلام الإسراف الذى يقوم به كثير من الناس فى شهر رمضان ، فتتعدد أصناف الطعام والشراب ويقبل الصائم على مختلف الأصناف بنهم وشراهة وكأنه يريد أن يعوض ما فاته فى صيامه فتنتفى بذلك الحكمة التى أرادها الإسلام من صوم رمضان ليستفيد الصائم من الحمية التى تلازم الصوم . بل إن إقبال الصائم على الأكل عند الإفطار بكميات كبيرة لمما يصيب الإنسان بأضرار كبيرة فتنعكس الآية بذلك .

وإذا كان الصوم فريضة يؤدى الإنسان فيها العبادة لله سبحانه وتعالى فيجب عليه أن يكون فى حال من الزهد والقناعة تناسب حال المتعبد .

وإذا كان الصوم قد قصد منه خير العبد فلذلك يجب أن يشمل هذا الخير جميع النواحى : فلوا فترضنا أن الإنسان سيتبع فى شهر رمضان ما يتبعه فى غيره من الأشهر بالنسبة لكميات الطعام وأصنافه لوجدنا أن الإنسان يتناول عادة فى اليوم والليلة ثلاث وجبات اختصرت فى شهر رمضان إلى وجبة ونصف الوجبة باعتبار أن السحور دائما يتم بكميات قليلة من الغذاء لا تزيد على نصف وجبة بأية حال ، فيكون الإنسان قد اقتصد نصف ما يتكلفه فى التغذية فى شهر رمضان .

وكذلك نجد أن الإنسان وقد ظل طول مدة صيامه اليومى ممتنعا عن المشروبات التى اعتادها الإنسان طوال اليوم وكذلك المكيفات ، ومهما تناول منها بعد إفطاره إلى السحور فلن تزيد على نصف ما كان يتناوله يوميا فى العادة . وهكذا يتحقق للانسان اقتصاد نصف نفقته يقينا ؛ ولذلك عندما طالبنا الإسلام بالصدقة فى رمضان والبر بالفقراء ثم باخراج زكاة الفطر فانما كان ذلك من حساب ما توفر .

وقد أشاع بعض خصوم الإسلام أن الصوم يعطل الإنتاج العام وهذا افتراء واضح فإن العمل اليدوى إذا تأثر بالصوم أجاز الإسلام لصاحبه أن يفطر وعليه الفدية . وأما العمل الذهنى والعقلى فقد ثبت أن الصوم لا يحد منه أو يضعف من إنتاجة ، بل بالعكس من ذلك فإن الصوم يشحذ الفكر ويجلو الذهن إذ أن الأكل يتسبب عنه أن تندفع كميات من الدم إلى المعدة وأجهزة الهضم للمساعدة فى عملياته فيقل بذلك النشاط العقلى

والحدة الذهنية . ونرى فى عصرنا الحديث كثيرا من الدعاة والقادة لا يفكرون فى الأمور الخطيرة إلا وهم على جوع أو على الأقل وهم على عدم امتلاء البطن .

وفى ذلك يقول الدكتور الكسيس كاريل : (ومن الغريب أن العمل الفكرى لا يحدث أى ارتفاع فى نشاط الهدم والبناء حتى ليخيل إلينا أنه لا يتطلب إنفاق أى قدر من الطاقة إذ أنه يقنع بقدر منها هو من الضآلة بحيث لا يتسنى قياسه بطرائقنا الحالية . أجل إنه لأمر عجيب أن التفكير الذى يغير وجه الأرض ويهدم الأمم ويشيدها ويكشف عوالم جديدة فى أعماق الفضاء الذى لا يمكن تصور اتساعه يتم فينا دون أن نستهلك من الطاقة قدراً يمكن قياسه . إن أقوى إنتاج فكرى يزيد نشاط الهدم والبناء أقل كثيرا مما يزيده العضل ذو الرأسين عندما يتقلص لرفع شىء يزن رطلا واحدا . لم يفلح طموح قيصر ولا تأمل نيوتن ولا إلهام بتهوفن ولا تبصر باستور فى أن تزيد سرعة التهام أنسجتهم لغذائها عما تستطيعه فى يسر بعض الميكروبات أو بعض المغالاة فى إفراز غدتهم الدرقية .)

ويعترف الكتاب والمفكرون أن إنتاجهم يصفو ويتحسن فى أثناء صومهم .

وهكذا الإنتاج اليدوى لا يتأثر بالصوم ؛ إذ ثبت أن الإنسان فى أثناء امتلاء معدته بالطعام لا يكون فى حالته الكاملة من القوة والنشاط للعمل بل يلاحظ دائما إصابة الإنسان بالخمول وعدم القدرة على النشاط المتكامل بعد الأكل ، وفى الإنتاج الشاق الذى يحتاج إلى تناول بعض الغذاء أو الماء كالفعلة فى أعمال قطع الصخور فى الحر أو كالغواصين

وغير ذلك ، وهؤلاء أباح لهم الإسلام الافطار وكذلك الإنتاج العقلى والذهنى إن تأثر بالصوم فإلى الأفضل وإلى الأحسن . ويكون الصوم بذلك لايقل فيه الإنتاج وإنما تقل فيه التكاليف إلى النصف وهذا أثر من أثار الصوم الاقتصادية .

آثار الصوم فى التربية والسلوك

أثبتت الدراسات النفسية ووسائل التربية أن أفضل وأسرع ما يؤثر فى تربية الإنسان وسلوكه الوسائل الإيجابية التى تعتمد على العمل أكثر من اعتمادها على القول . وقد عرف أن الصوم له من الآثار المباشرة مايجعله فى الدرجة الأولى من وسائل التربية وغرس الفضائل ومقاومة الاعوجاج فى سلوك الإنسان .

فالصوم يعتبر وسيلة إيجابية عملية لغرس الأمانة فى نفس الإنسان وتعويد الطفل عليها منذ نشأته ، فليس هناك أكثر فاعلية لتعويد الطفل الأمانة من أنه يشعر أنه يصوم عن الأكل والشرب ولا رقيب عليه إلا الله إن شاء أفطر وادعى أمام الناس الصيام ، وإن شاء حافظ على صومه دون أن ينتظر الجزاء إلا من الله وإن اتهمه الناس بالإفطار ، ولا يقتصر الأمر فى ذلك على الطفل بل يتعداه إلى الشاب وإلى الرجل والمرأة ؛ فالصوم أمانة بين الصائم وربه وإن شهد له أو عليه الناس وفى ذلك يقول النبى صلى الله عليه وسلم فى حديثه الشريف : « الصوم أمانة فليحفظ أحدكم أمانته » . فهل يوضع الصوم فى مكان للمقارنة مع ما تلجأ إليه وسائل الدراسة الحديثة لتعويد الأطفال الأمانة بالقصص أو الأمثلة إن حفظها الطفل فبدون أن

يعلم هدفها أو يتفهم قصدها وإنما على أنها دروس للحفظ ثم للامتحان .

والصوم يخلق فى نفس الإنسان الصبر إذ يقول النبى صلى الله عليه وسلم: « الصوم نصف الصبر » ؛ فالصائم بصومه إنما يتعود الصبر ومن صبر على الجوع والعطش وغيرهما أمكنه أن يصبر على سواها فليس أقسى من صبر الجائع على أكله والعطشان على مائه ولا سيما أن ما يطلبه فى متناول يده .

ويختلف الصوم عن وسائل التدريب على الصبر التى تلجأ إليها أساليب التعليم الحديثة فى أن التدريب على الصبر فى الصوم أكمل وأتم وأعمق وأشد . فإذا كانت وسائل التربية تعتمد على إبعاد الأكل أو الماء عن الإنسان لمدة تدريبه ، فإن الصوم أعمق فى مداه إذ أنه يعود الإنسان الصبر على الجوع والعطش والأكل والماء معه . وهنا يظهر الفرق الشاسع بين التربية العلمية للصبر بتعود المشقة وتربية الإسلام للصبر بالصوم . وإذا اعتاد الإنسان الصبر على الجوع والعطش وغيرهما هان عليه الصبر على غيرها . وما أوجب أن يتدرب كل إنسان على الصبر ؛ فكم للانسان فى حياته من ظروف لا يجد فى غير الصبر منها مخرجا .

فالجندى فى ميدانه يعتبر الصبر من ألزم ما يجب عليه .

والعالم فى معمله يكون دائماً الصبر أساس نجاحه .

والأستاذ فى معهده ينجح فى مهمته على قدر صبره .

والتاجر فى متجره على قدر ما يصبر مع المتعاملين يبيع بضاعته .

والطالب فى دراسته يتوقف نجاحه على صبره فى تحصيل دروسه .

والسيدة فى بيتها محتاجة إلى الصبر فى خدمته .

كل هؤلاء وغيرهم بل كل إنسان فى أى جيل وأى سن فى حاجة شديدة إلى الصبر .

ولا يقتصر فضل الصبر على ما يجلبه للصابرين من خير بل إنه كذلك يمنع أكبر شر عرفته المدنية الحديثة وجلبه العصر الحديث . فإنسان هذا الجيل قلق بطبعه بعد أن أصبحت السرعة هى الطابع المميز للعصر ، بل وأصبح التبارى فى السرعة أهم ما يعتنى به الإنسان . إن إنسان الأجيال السابقة كان صابراً على قدر ما كان يمتطى دابته وقد حمل زاده وعدته وعتاده وخرج بها لينتقل من بلد إلى آخر فيقضى الأيام والليالى طويلة موحشة وكأنه لا يحس بمرور الزمن . أما إنسان هذا اليوم فليس لديه الصبر لينتقل بالقطار أو السيارة ليقطع مسافته فى بضع ساعات ، فاستخدم الطائرة ، ثم طورها إلى نفاثة ليقطعها فى دقائق ، وها هو ذا يجتهد فى بحثه لاستخدام طاقة أسرع لتنقله فى ثوان . إنها السرعة والسرعة الرهيبة فى كل شىء ، ولذلك إن تأخر إنسان هذا الجيل أصابه القلق وإن انتظر قلق وأصبح القلق من علامات عصر المدنية والسرعة . والقلق فى ذاته قد يكون أمراً غير خطير ، ولكن ما يصاحبه وينتج عنه من أمراض عصبية وعضوية ونفسية تجعله من أخطر ما يصيب الإنسان إن لم يكن أخطر ما يصيبه . ولذلك خرجت آلاف المؤلفات واختص آلاف العلماء بالكتابة عن القلق والتوصية بالتغلب عليه وما ذلك إلا بتعود الصبر . ويقول حجة الطب الكسيس كاريل : إن الذين لا يكافحون القلق يموتون فى شرخ الشباب . وإن الصبر علاجهم ووقاية لهم والصوم من أعلى وأقسى درجات الصبر .

ومن أهداف الصوم فى نواحى التربية والسلوك وتقوية الإرادة ؛ فقد

اعترف بعض علماء الغرب بأن الصوم من أهم وسائل تقوية الإرادة ، كما يقول بذلك الأستاذ الألمانى (جيهاردت) إذ يقول : « إن الصوم هو الوسيلة الفعالة لتحقيق سلطان الروح على الجسد ، فيعيش الإنسان مسيطراً على نفسه لا عبداً لميوله وأهوائه » .

وتقوية الإرادة يحتاج إليها الإنسان فى حياته احتياجاً شديدا . فكم من موقف لا ينقذ الإنسان من الهلاك فيه إلا قوة الإرادة .

فمثلا هذا جندى وقع بعد جوع أو عطش على ماء أو أكل فى مكان للعدو فقوة إرادته تنجيه مما قد يكون العدو أعده له من مواد قاتلة فيما تركه من طعام وشراب خدعة ومكيدة .

والمريض الذى يمنعه طبيبه أو ينهاه عن أكل أو شرب أو مكيف هل يستطيع الاستجابة لهذا الأمر وتنفيذه إلا إذا كان قوى الإرادة ؟ .

والطالب فى دراسته وأمام وسائل الإغراء فى اللهو أو الانصراف عن الدرس هل هو فى حاجة إلا إلى قوة إرادة ليستمر فى درسه ؟ .

والشاب الذى يجد أمامه مغريات الطيش ونداء الفتنة لا ينقذه من نزعات الشيطان ونداء الفساد إلا قوة إرادته .

وكذلك من أهم آثار الصوم فى سلوك الناس تحريره الإنسان من سلطان العادة ؛ فالإنسان يعيش مرتبطاً بعادات معينة يجد أن لا مفر منها . ومن ضمن هذه العادات ما يضره ضرراً بليغا ولا يستطيع الفكاك منها بعد أن أصبحت جزءاً من حياته . وكلما تمادى فى الارتباط بها شق عليه تركها بل فى بعض الأحيان نجد أن سلطان العادة قد بلغ بالفرد الحد الذى جعله

عبداً لهذه العادة . فكثير من الناس يتناولون إفطارهم الصباحى بطريقة معينة وأصناف محدودة إن تغيرت انحرف مزاجهم وتغيرت أحوالهم ، بل من الناس من يقول تبريراً لسوء خلقه في يوم ما إنه لم يتناول قدح الشاى الصباحى أو أنه تأخر فى تناول قهوة أو ما يماثل ذلك .

والمكيفات والتدخين ومثلهما قد يشق على الإنسان الضعيف الإرادة اجتنابها ؛ إذ أن استمراره فيها جعلها أصبحت عادة يخيل للانسان أنه لا سبيل إلى التحرر منها ، بل إن مجرد التفكير فى الكف عنها قد يجعله يضطرب ، ونجده يأخذ فى الدفاع بأسباب واهية ، وأساليب ملتوية حتى بعد أن ثبت له ضررها وما ذلك إلا لتحكم العادة فيه ، فيأتى شهر الصوم فيمتنع المدخن عن التدخين وغيره طوال اليوم فى يسر وسهولة . إذن فقد أمكن التحلل من هذه العادات وما أيسر أن يستمر فى الامتناع عنها . وكذلك فى اختلاف موعد الأكل وطريقته وما يبدأ به . فلو تدبر الإنسان الأمر لوجد أن الصوم إنما يحرر الإنسان من سلطان العادات التى اعتادها طوال عامه بشكل منظم رتيب حتى أصبح يخشى أنه لا يستطيع تغييرها .

والصوم يجدد ثقة الإنسان بنفسه ، وتقول الأبحاث النفسية إن إنسان العصر الحالى يتعرض أكثر من سابقه لفقدانه ثقته بنفسه ولا سيما أن الظروف التى يحياها وما تحتمه عليه من صراع فى سبيل الرزق وكثرة البحث عنه وشدة التنافس عليه مما قد يجعل أقرب الناس له يتخذ وسائل غير نظيفة ليتفوق عليه فى الرزق أو يأخذ منه حقا بطرق غير مشروعة . فالصوم فى ذلك يعيد له ثقته بنفسه بعد أن عرف أنه فى صومه لا رقيب عليه

غير نفسه وأنه يؤدى عملا خالصا لا يرجو غير ثواب الله ولا شهيد على ذلك إلا نفسه .

والصوم يحارب إحساس الإنسان بوحدته ، فتقول الدراسات النفسية : إن من أخطر ما يصيب الإنسان إحساسه بالوحدة ، إذ يشعر بأنه غريب مع الناس وأنه فى واد والناس فى واد آخر ، ويصبح وهو يعانى من العقد النفسية بل ومن الآلام العضوية ما يجعله أكثر من المريض العادى . ويقول الباحثون وعلماء النفس : أن على مثل هؤلاء المرضى الاعتقاد بأنهم إذا كانوا فى جانب من الطريق فان الله على الجانب الآخر. وبديهى أن ما يوصون به لا يصل إلى ما يعتقده الصائم فى قرارة نفسه وعن ايمان كامل وتسليم تام من أن الله معه يراه وأنه وقد ترك أكله وهو جائع وشربه وهو عطشان ومكيفاته وهو فى طلب ملح لها إنما تركها وهو يتمناها امتثالا لله سبحانه وتعالى وحده وأنه لا يمنعه من تناولها إلا أن الله يراه .

والصوم يخلق وينمى فى الإنسان ملكة المراقبة لله تعالى ، إذ يعلم أن الله على كل شىء رقيب وفى ذلك يقول الإمام الشيخ محمد عبده : (إن الصيام يعد نفوس الصائمين لتقوى الله تعالى ويظهر ذلك من وجوه كثيرة أعظمها شأنا وأنصعها برهانا وأظهرها أثرا وأعلاها خطراً أنه أمر موكول إلى نفس الصائم لا رقيب عليه فيه إلا الله تعالى ، وسر بين العبد وربه لا يشرف عليه أحد غيره سبحانه فإذا ترك الإنسان شهواته ولذاته التى تعرض له فى عامة الأوقات لمجرد الامتثال لأمر ربه والخضوع لإرشاد دينه مدة شهر كامل فى السنة ملاحظا عند عروض كل رغيبة له من أكل ممتع

وشراب عذب بارد وفاكهة يانعة وغير ذلك أنه لولا اطلاع الله تعالى عليه ومراقبته له ما صبر عن تناولها وهو فى أشد الشوق لها لا جرم أنه يحصل له من تكرار هذه الملاحظة المصاحبة للعمل ملكة المراقبة لله تعالى والحياء منه سبحانه وتعالى أن يراه حيث نهاه .) .

والصوم ينشر المحبة قطعا بين أفراد الأسرة الواحدة ويعيد المودة والألفة بينها إذ يجتمع أفرادها جميعا على مائدته وقلما يجتمعون طوال السنة بكامل جمعهم ، فيشعر كل فرد بالرابطة القوية التى تجمع بينهم والتى تتمثل فى هذا الاجتماع الطاهر على إفطار بعد أداء عبادة طاهرة . ويتعدى هذا الأمر إلى أهل الحى الذى يجتمعون حتما فى الصلاة فقد يتخلفون عن الصلاة اليومية فى المسجد ، وقد يتغيبون عن صلاة الجمعة ، ولكنهم يحرصون على أداء الصلاة فى المسجد فى شهر رمضان تلبية لدعوة داخلية واستجابة لنداء روحى ، فان لم يستطيعوا ففى صلاة القيام بعد العشاء الاجتماع الليلى لأهل الحى فى وقت فراغهم .

ويحرص المسلمون على التلاقى فى رمضان وتكون السماحة والمحبة والرضا أهم مميزات هذا التلاقى .

أما تأثير الصوم على أخلاق الصائم فيكفى أنه يمنعه طوال شهر كامل من فعل المحرمات ، ويبعده عن المنكرات ويجعله فى أسمى الطاعات فلا نميمة ولا كذب ولا غيبة ولا سعى فى فساد ولا قول فى مكروه ولا أذى يرتكب ولا معصية تؤتى . وما أيسر أن يخرج الصائم من رمضان وقد عاهد نفسه وربه أن يستمر على خلقه وهو صائم ، فمن أسهل ما يمكن

أن يغرس الإنسان فى نفسه أخلاق الصوم بعد أن اعتادها لمده شهر وبعد أن اقتنع بخيرها وعلو شأنها

والصوم يزيد الإنسان معرفة بشئون دينه فان من ضمن ما يحرص عليه الإنسان فى شهر رمضان مدارسة القرآن الكريم بالاستماع إليه أو تلاوته والتفكر فى آياته والتدبر فى أوامره ونواهيه والطاعة لأحكامه وذلك يتم إذا لم يصرفنا الترتيل عن المعنى وإذا لم نتخذ من عد مرات التلاوة والإسراع فيها مادة للتبارى فقد أنزل الله سبحانه وتعالى القرآن الكريم لتفهم آياته وتدبرها والعمل بها .

جزاء الصوم فى الآخرة

الصوم ركن من أركان الإسلام :

وهو ربع الإيمان إذ يقول النبي صلى الله عليه وسلم (الصوم نصف الصبر) وفى حديث آخر (الصبر نصف الإيمان) ، وإذا كان الإنسان فى صومه انماقد صبر ابتغاء وجه الله سبحانه وتعالى فان آيات القرآن الكريم قد بشرت الصابرين فى الآخرة بالفوز الكبير والجزاء الجميل إذ تقول الآيات الكريمة :

(ما عندكم ينفد وما عند الله باق ولنجزين الذين صبروا أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون) :

(والذين صبروا ابتغاء وجه ربهم وأقاموا الصلاة وأنفقوا مما رزقناهم سرا وعلانية ويدرءون بالحسنة السيئة أولئك لهم عقبى الدار) :

ولعل الأمر الذى لا يحتاج إلى ايضاح أن الصبر الوارد فى هذه الآية أكثر احتمالا أنه الصوم إذ ورد بعد الصلاة والانفاق .

ويرجح بعض المفسرين أن قوله تعالى (كلوا واشربوا هنيئا بما أسلفتم فى الأيام الخالية) إنما قصد به أيام الصوم إذ ترك الصائم فيها الأكل والشرب فعوضه الله بدلا منه طعاما خيراً من طعام الدنيا وشراباً أفضل من شراب الدنيا .

وإذا كان الانسان بصومه شهر رمضان إنما قد أطاع الله سبحانه وتعالى ، وإذا كان قد حافظ على سنن هذا الصوم طاعة لما قال به سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم فقد أطاع الله ورسوله وبشره الله سبحانه وتعالى جزاء هذه الطاعة بآيات كثيرة فى القرآن الكريم مثل (ومن يطع الله ورسوله يدخله جنات تجرى من تحتها الأنهار) ، (ومن يطع الله ورسوله فقد فاز فوزاً عظيما) .

أما أحاديث سيدنا رسول الله صلى الله عليه وسلم التى توضح قدر الصوم فكثيرة منها (لكل شىء باب وباب العبادة الصوم) . وعن أبى أمامة قال (أتيت رسول الله صلى الله عليه وسلم فقلت مرنى بعمل يدخلنى الجنة قال : عليك بالصوم ؛ فإنه لا عدل له ؛ ثم أتيته الثانية فقال عليك بالصيام) . ومنها أيضا قوله : (إن للجنة بابا يقال له الريان يقال يوم القيامة : أين الصائمون ؟ فاذا دخل آخرهم أغلق ذلك الباب) .

وهكذا فان أهداف الصوم لا يمكن أن توضع تحت حصر للفرد

والمجتمع ، فى الدنيا والآخرة ؛ فالصيام خير مطلق ولذلك يقول الله سبحانه وتعالى فى كتابه العزيز :

(وأن تصوموا خير لكم) .

صدق الله العظيم

والحمد لله رب العالمين

عبد الرازق نوفل

فهرس

الدار القومية للطباعة والنشر

١٥٧ شارع عبيد - روض الفرج

تليفون ٤٠٧٥٣ / ٤١٠١٢
٤٠٥٨٨ / ٤٠٨١٤